

# LAULUJA JA RUKOUKSIA HARTAISIIIN HETKIIN

CD-levy

Sielunhoidollinen työväline

Katriina Johnson

Opinnäytetyö, syksy 2013

Diakonia-ammattikorkeakoulu

Sosiaalialan koulutusohjelma

Diakonisen sosiaalityön suun-  
tautumisvaihtoehto

Sosionomi (AMK) +

diakonian (diakoni) virkakel-  
poisuus

## TIIVISTELMÄ

Johnson, Katriina. Lauluja ja rukouksia hartaisiin hetkiin CD-levy. Sielunhoidollinen työväline. Syksy 2013, 43 s., CD-tallenne, 3 liitettä.

Diakonia-ammattikorkeakoulu, Sosiaalialan koulutusohjelma, Diakonisen sosiaalityön suuntautumisvaihtoehto, sosionomi (AMK) + diakonian (diakoni) virkakelpoisuus.

Opinnäytetyön tarkoituksena oli tehdä uudennainen työväline; hartaus-cd sielunhoitotyöhön, jossa rukouksen ja musiikin kautta kuulijan on mahdollista hiljentyä Jumalan eteen joko ryhmässä tai yksin. Opinnäytetyön teoreettinen pohja musiikin ja rukouksen käytettävyydestä hiljentymiseen ja ihmisen sielunhoitoon perustuu moniin eri lähteisiin, joista muun muassa mainittakoon Kirkkomusiikin käsikirja. CD:n työstövaiheessa keräsin palautetta sen käyttömahdollisuuksista kuunteluttamalla levyä hyvin monenikäisten ihmisten ryhmissä. Keräsin palautteen sekä keskustelujen että kyselylomakkeiden (27 kpl) kautta. Kyselylomakkeista tein sisällönanalyysin tähän raporttiin, joka yhdessä CD-levyn kanssa muodosti opinnäytetyöni.

Raporttini teoreettisen tietopohjan mukaan musiikin ja rukouksen kautta on mahdollista kohdata piilossa olevia ihmisen sisäisiä kaipauksia, tarpeita ja kipuja. Sielunhoidollisessa viitekehyksessä hartaus-cd:n käyttö on havaittavissa tärkeäksi lähestymisen mahdollisuudeksi sellaisiin asioihin, joita ehkä muuten on vaikea lähestyä. Musiikin ja rukouksen kautta on mahdollista hoitaa turvallisen etäisyyden päästä asioita, joista suoraan puhuminen voi olla vaikeaa. Raamatun mukaan musiikki liittyy ihmisen henkilökohtaisiin kokemuksiin, kuten iloon tai suruun. Ihminen voi niin itsekseen kuin jumalanpalveluksessa ilmaista uskoaan musiikin kautta ylistyksenä Jumalalle. Musiikki voi myös avata kanavan kuulla Jumalan puhetta ihmiselle.

Palautteista tehdyn analyysin mukaan enemmistö koki hartaus-cd:n käytön tarkoituksensa mukaisena. Hartaus-cd:n koettiin tuovan rauhaa ja lohtua. CD:n käyttömahdollisuuksia nähtiin sekä yksityisen ihmisen kannalta että ryhmissä käytön kannalta mahdollisena sielunhoidon tukena. Kuulijoille jäi erityisesti mieleen CD:n sisältämät rukoukset.

Hartaus-cd:lle ja muullakin tavoin musiikin ja rukouksen kautta tapahtuvalle hiljentymiselle on selvä oma tilansa sosiaali- ja diakoniatyön sielunhoidon piirissä. Jatkossa hartaus-cd:itä voisi kehittää vastaamaan ihmisten erilaisia tarpeita. Tätä opinnäytetyötä tehdessä nousi ajatuksia mahdollisuuksista tehdä esimerkiksi pelkistä virsistä koostuva hartaus-cd, englanninkielinen hartaus-cd tai erityisesti lapsia huomioiva hartaus-cd.

Asiasanat: hartaus-cd, musiikki, rukous, sielunhoito

## ABSTRACT

Johnson, Katriina

Songs and Prayers for Devotional Moments CD-record, a Tool for Soul Caretaking. 43p., CD + 3 appendices. Language: Finnish. Pori, Autumn 2013.

Diaconia University of Applied Sciences. Degree Programme in Social Services, Option in Diaconal Social Work. Degree: Bachelor of Social Services + Deacon.

The purpose of this thesis was to create a product, a devotional CD for soul caretaking. Through prayer and music the listeners may reflect their thoughts before God either alone or in a group. The theoretical basis of this thesis concerning the practical use of music and prayer for reflection of thoughts and the soul caretaking is based on many different sources among which the Handbook of Church Music. Feedback was collected by conversations and 27 questionnaires responded by different age groups who listened to the record. The responses were analysed using content analysis for this report which together with the CD form this thesis.

According to the theoretical basis of the report, through music and prayer it is possible to meet the deep inner longings, needs and wounds people have. In the framework of soul caretaking, the use of CD is clearly important for making it possible to approach issues which otherwise may be difficult to address. Through music and prayer it is possible to care for people from a secure distance in issues that may be painful to talk about. According to the Bible, music relates to human's personal experience such as joy and sorrow. Through music a person can express his or her faith either by himself or herself or in the divine service and as praise to God. Music can also open a channel for man to hear God.

The responses showed how the majority felt about using the devotional CD. The devotion brought peace and comfort. Both the private and collective use was seen as appropriate in supporting caretaking of the soul. The prayers in the CD impressed the listeners the most.

Soul caretaking within social and church social work seem to need prayers and spiritual music and also this CD. The CD devotional could be further developed to meet with people's different needs in the future. Along with this thesis, thoughts came up about possibilities to make for instance, a devotional CD compiled solely hymns, a devotional CD in the English language or a devotional CD focusing especially on children.

Keywords: devotional CD, music, prayer, soul caretaking

## SISÄLTÖ

1 JOHDANTO	5
2 PRODUKTION TARKOITUS JA TAVOITTEET	7
3 SIELUNHOIDON MONISÄIKEISYYS	8
3.1 Musiikki sielunhoidon välineenä	10
3.2 Rukouksen merkityksestä sielunhoidossa	14
4 PRODUKTION TYÖSTÄMINEN	17
4.1 Suunnitelman lähtehillä	17
4.2 Tiimin muodostuminen ja työn eteneminen	18
4.3 Äänitykset	18
4.4 CD-levyn kuuntelutukset ja lopullinen muoto	19
4.5 Työskentelyprosessin arviointi	22
5 PALAUTTEIDEN ANALYSOINTI	24
5.1 CD-levyn käyttömahdollisuudet	25
5.2 Kuulijoille jäi erityisesti mieleen	26
5.3 Häiritsevät tekijät	27
5.4 Kokemus CD-levyn sanomasta	28
5.5 Poistettavia ja lisättäviä asioita	28
5.6 Vapaamuotoisten keskustelujen palaute	29
6 OPINNÄYTETYÖN EETTISYYS JA LUOTETTAVUUS	30
7 POHDINTA JA JOHTOPÄÄTÖKSET	31
LÄHTEET	35
LIITE 1: Kyselylomake	38
LIITE 2: CD-levyn laulujen sanat, rukoukset ja raamatunkohdat	39
LIITE 3: CD-levyn kannet	42

# 1 JOHDANTO

Olen tuottanut ”*Lauluja ja rukouksia hartaisiin hetkiin*” CD-levyn, joka yhdessä tämän raportin kanssa on opinnäytetyöni. CD-levyn sisällön tarkoitus on virittää kuulija hiljentymään Jumalan läsnäoloon hengellisen musiikin ja rukousten välityksellä.

Aloittaessamme sosionomi-diakoni opiskelut syksyn 2012 aikana saimme tehtäväksi miettiä opinnäytetyön aihetta. Haaveenani oli jo jonkin aikaa ollut tehdä CD-levy hengellisistä lauluista, joiden koskettava sanoma voisi tuoda monelle iloa. Olimme kokoontuneet ystäväni sekä hänen sisarustensa kanssa lauluryhmänä jonkin aikaa, ja meille oli muodostunut hyvä yhteistyöhenki. Tämän ryhmän kanssa olimme laulaneet myös ystäväni tekemiä lauluja, jotka sopisivat hyvin tälle CD-levylle.

Musiikki on aina ollut lähellä sydäntäni. Olen jo pienestä pitäen harrastanut musiikkia. Lapsuuden kodissani soi melkein aina musiikki ja vanhempani lauloivat myös kuorossa. Isäni on harrastanut yksinlaulua ja istuimme usein kuuntelemassa hänen esiintyessään. Itse aloitin soittotunnit seitsemänvuotiaana. Muistan, kun soitimme veljeni Juhan kanssa nelikätisesti jossakin joulujuhlassa. Olen käynyt myös konserteissa sekä erilaisissa musiikkitilaisuuksissa ja kokenut, että saan niistä iloa ja rohkaisua omaan elämään.

Hengellisen musiikin sanoma on monesti puhutellut minua ja antanut voimaa myös suuren surun kohdatessa. Menetimme rakkaan veljeni ollessani 19-vuotias ja muistan silloin kuunnelleeni paljon juuri hengellistä musiikkia. Tämä kaikki on vaikuttanut minuun hyvin voimakkaasti ja se oli yksi syy, miksi halusin valita juuri CD:n kehittämisen opinnäytetyön aiheeksi. Halusin voida välittää lohdun ja rohkaisun myös muille sitä kaipaaville. Samasta syystä haluan myös omistaa tämän työn veljeni Juhan muistolle.

Työharjoitteluiden myötä saamani palaute diakoniatyön kentältä vahvisti minulle, että kyseistä materiaalia ei ole liikaa tarjolla. Hartaustyyppiselle CD:lle oli nähtävissä käyttömahdollisuuksia. Sellaisia ihmisiä on paljon, joilla ei välttämättä ole mahdollisuutta päästä hengellisiin tilaisuuksiin. Sosionomi-diakoni työskentelee ihmisten vierellä kulkijana ja levyn kautta haluan välittää ihmisille sitä sanomaa, joka antaa myös itselleni niin paljon. Produktion työstäminen on kehittänyt minua ammatillisesti; olen saanut laittaa omat lahjani ja kykyni käyttöön sekä saanut oppia yhteistyöstä muiden ihmisten kanssa produktion kaikissa vaiheissa. Olen halunnut suunnata CD:n palvelemaan ja rohkaisemaan ihmisiä, jotka haluavat hiljentyä hengellisen sanoman äärellä ja niitä, jotka kaipaavat lohdutusta sairauden tai yksinäisyyden keskellä.

Tässä raportissa kerron tarkemmin CD:n tuottamisen eri vaiheista. Olen tutustunut musiikin ja sielunhoitotyön yhdistämistä tukeviin teorioihin, joista on oma lukunsa. Palautteen CD:n käyttömahdollisuuksien tutkimiseksi olen kerännyt eri ikäisiltä diakoniatyön kentällä liikkuvilta ihmisiltä – sekä työntekijöiltä että asiakkailta. Saadut palautteet olen avannut sisällön analyysin kautta raporttini loppupuolella. Lopuksi olen pohtinut saamiani tuloksia ja johtopäätöksiä myös oman ammatillisen kehittymiseni kannalta.

## 2 PRODUKTION TARKOITUS JA TAVOITTEET

Opinnäytetyön ensisijaisena tavoitteena oli tuottaa CD-levy, joka välittää kuulijoille kristillisen, lohdullisen sanoman niin musiikin kuin rukousten kautta. Tarkoituksena oli tehdä niin sanottu sieluhoitava CD, joka virittää kuulijan hiljentymään ja rauhoittumaan joko ryhmässä tai itsekseen.

CD-levy oli tarkoitus tuottaa sielunhoidolliseksi työvälineeksi sekä diakoniatyön että sosiaalityön kentälle. CD:n tarkoitus on palvella kaikkia ihmisiä, joilla on sisäinen kaipaus hengelliselle sanomalle. CD:tä voi hyödyntää esimerkiksi hartaustilaisuuksissa, joita järjestetään seurakunnissa, vanhainkodeissa, kehitysvammaisten asuntoloissa tai vaikka päihdehuollon yksiköissä. Ajatuksena oli myös, että CD-levyn voi antaa vaikka lahjaksi diakoniatyön onnittelukäynneillä.

Halusin, että CD-levy sisältää vanhoja mahdollisesti tuttuja sekä uusia, modernimpia lauluja, jotka eivät välttämättä ole ennestään tuttuja. Näin CD-levy on ainutlaatuinen kokonaisuus, jossa sen tuoreimpia sävelmiä ei ole koskaan ennen julkaistu. Halusin levyn sisältävän sekä lauluja että rohkaisevia ja lohdullisia raamatunlauseita, joita voi käyttää myös rukouksina. Produktion tavoitteena oli myös saada palautetta CD:n sisällöstä ja sopivuudesta sille ajattelemaani käyttötarkoitukseen eri-ikäisiltä kuuntelijoilta. Tarkoituksena oli kerätä palautetta vapaamuotoisten keskustelujen sekä kyselylomakkeen (LIITE 1) kautta.

Tavoitteena oli toteuttaa yksi unelmistani hengellisen musiikillisen tuotoksen synnyttämiseksi ja tätä kautta laittaa myös omat lahjani käyttöön. Tavoitteena oli kehittää itseään ammatillisesti produktion kaikissa vaiheissa.

### 3 SIELUNHOIDON MONISÄIKEISYYS

CD:n toteutuksessa ja tässä raportissa olen keskittynyt sielunhoidon käsitteisiin, joita ovat rukous, musiikki ja hiljentyminen. Laulujen sanomissa esiintyy useita näistä elementeistä. CD:lle on luettu raamatunlauseita, jotka sellaisenaan toimivat myös rukouksena, sekä alustavat seuraavia musiikkikappaleita, näin rukouksen ja laulun yhteisvaikutus on toinen toistaan vahvistava. Tällaisena jatkumona CD:n on mahdollista vahvistaa ihmisen hiljentymistä musiikin ja rukouksen kautta. Haastavaksi tämän toki tekee ihmisten yksilölliset lähtökohdat ja tarpeet erilaisissa elämän olosuhteissa.

Sosionomi-diakonin työssä keskeistä on vierelläkulkeminen. Työntekijä kohtaa ihmisiä erilaisissa elämän olosuhteissa, ja sielunhoidollinen tarve lähtee kohdattavan ihmisen omasta henkilökohtaisesta kokemuksesta ja tilanteesta.

Sielunhoito on kokonaisvaltaista. Se ei ole pelkkää keskustelua tai julistusta, vaikka kirkon sielunhoidollisessa funktiossa nämä näkökulmat ovat eri aikoina korostetusti olleetkin esillä. Sielunhoitoa voi yhtä hyvin olla kuunteleminen, vaikeneminen ja hiljaa oleminen. Sielunhoitoa voi olla myös yhteinen tai yksityinen rukous, virsien veisaaminen ja Raamatun sanan käyttö, musiikin kuunteleminen tai sen tekeminen. (Kettunen 2013, 46.)

Sielunhoito kuuluu oleellisena osana diakoniatyöhön, se toteutuu yksilökohtaisessa työssä ja ryhmämuotoisessa toiminnassa. Sielunhoito toteutuu kaikessa kohtaamisessa ihmisen ainutlaatuisuuden kunnioittamisena, ihmisten tarpeiden huomioimisena, ihmisten tasavertaisena kohteluna riippumatta yhteiskuntaluokasta sekä valmiutena keskustella hengellisistä asioista; lukea Raamattua ja laulaa virsiä. Nämä asiat ovat olleet osana diakoniatyötä sen alkua ajoista tähän päivään saakka. (Lappalainen 1997, 197-198.)



Kysymystä hengellisestä elämästä ja sielunhoidosta voidaan lähestyä ainakin seuraavasta näkökulmasta. Perinteinen tapa on lähestyä asiaa toiminnallisesti. Tällöin hengellisen elämän ja sielunhoidon välinen vuorovaikutus hahmottuu tekemisen ja osallistumisen kautta. Hengellisesti hoitavaa tässä tapauksessa on se, että ihminen osallistuu kirkon hengelliseen elämään. Tämä voi tapahtua esimerkiksi jumalanpalveluselämän, rukouksen, virsien, musiikin ja kirkollisten toimitusten kautta. Näin ajatellaan, että ihminen tulee sielunhoidollisesti autetuksi osallistumalla noihin kirkon toimintamuotoihin (Kettunen 2013, 148.) Opinnäytetyö CD:n kautta niiden ihmisten on mahdollista kokea osallisuutta ja yhteyttä kirkollisiin ja hengellisiin toimintoihin, jotka ovat juuri musiikillisen lähestymisen kautta hakemassa yhteyttä (esimerkiksi ryhmät) tai eivät jostain syystä kykene tulemaan juuri tällaisiin ryhmiin, mutta kaipaavat mahdollisuutta hiljentyä itsekseen.

Sielunhoitotyössä painottuvat usein musiikki, rukous ja raamatunlukeminen rinnakkain. Kaikissa näissä on tukea ja lohdutusta sekä rohkaisua antava sanoma. Hyvä musiikki syntyy hiljaisuudesta ja opettaa kuuntelemaan, rukous vie hiljaisuuteen ja kantaa sitä. (Maarala 2005, 12). Hiljentyminen on tilan antamista itsessä olevalle hengelliselle kaipuulle. Kaipaus, hengellisyys, spiritualiteetti – olipa nimenä mikä tahansa – on olemassa myös silloin, kun sitä ei ole aktiivisesti harjoitettu tai kun se tuntuu olevan kätkössä. (Kanerva & Repo 2001, 10.) Nykyaikana ihmisen voi olla vaikea löytää aikaa hiljentymiseen, koska elämän rytmi on monesti niin hektinen. Olen kokenut omassa elämässäni hengellisen musiikin kuuntelemisen muun muassa automatkoilla vastaavan osittain omaan hengelliseen kaipaukseeni.

Raamatussa ilmenee hyvin voimakkaasti armo ja anteeksiantamus, joka vapauttaa ihmistä syyllisyyden ja oman huonommuuden kokemuksesta. Oikealla tavalla valitut tekstit ja laulut antavat uutta toivoa ihmisille, jotka ovat erilaisissa, vaikeissa elämäntilanteissa ja koettelemuksissa. Myös virsien sanoissa on runsaasti lohduttavaa sanomaa Jumalan huolenpidosta ja toivosta. Teologian opiskelija kanttori Seija Salonen on pro gradu – tutkielmassaan käsitellyt virsikirjan sanojen merkitystä surutyössä. Virsien sanoista löytyy runsaasti suruun liittyviä sanoja ihmisen katoavaisuudesta, kuolemanpelosta, murheesta, kaipuusta ja luopumisesta. Kriisissä oleva sureva ihminen

voi löytää virsistä vahvoja tunneilmauksia, joihin hän voi samaistua. Virsikirja voi näin olla surutyötä tekevälle ihmiselle toivoa ja lohtua antava kirja. (Kiiski 2009, 123.)

Ove Wikströmin kirjassa ”Salattu ihminen” tarkastellaan virsien vaikutusta yksilöön. Varsinkin tunnetuimpia virsiä voidaan nimittää tunteikkaaksi haikailuksi, ja virsilaulu voi epäilemättä olla tunnekuohua, jolla ei ole yhteyttä ihmisen sisimpään. Asia voi olla toisinkin. Virret kuten ”Päivä vain ja hetki kerrallansa”, ”Maa on niin kaunis” , ”Jo joutui armas aika” ja miksei myös ”Levolle, lasken Luojan” voivat myös toimia eheyttävästi. Virrensäkeet tarjoavat symboleja, jota kautta ihmisessä olemisen paradoksaalisuus saa sanoja, rytmiä ja melodian; ne soittavat että tulevaisuus on salattu, mutta tämän tosiasian kanssa voi päästä sovintoon kokemalla, ettei ihminen elämäänsä eläessään ole pimennossa eikä vailla johdatusta. (Wikström 2000, 56.) Hartaus-cd:lle edellä mainituista virsistä on valittu Päivä vain ja hetki kerrallansa. Se minkälaisen eheyttävän kaiun se kuulijassaan aiheuttaa on kokemuksena yksilöllistä ja sidoksissa ihmisen omaan elämänhistoriaan ja hengellisyyteen. Monesti lapsuudesta tutut rukoukset, virret ja hengelliset laulut muistuttavat Jumalan rakkaudesta ja huolenpidosta sekä herättävät turvallisuuden tunteen. (Sinä olet kanssani, kirkollisten toimitusten opas 2006, 103).

”On ääniä, jotka tukevat hiljaisuuden ja rukouksen syntymistä. Kirkonkellojen ääni ja rauhallinen musiikki rauhoittavat ja valmistavat hartauteen.” (Kanerva & Repo 2001, 34).

### 3.1 Musiikki sielunhoidon välineenä

Musiikin yhteys ihmisen sielunhoidolliseen puoleen on pitkään ollut minua kiinnostava asia, ja olen tähän liittyen syventänyt tietopohjaani kirjallisuuden kautta. Minua ilahdutti suuresti löytää paljon hyvää materiaalia, jonka pohjalta saatoinkin alkaa rakentaa teoreettista viitekehystä hankkeelleni.

Diakoniatyössä asiakkaiden sielunhoidollinen puoli painottuu vahvasti ja musiikki antaa hyvin suuren mahdollisuuden tällä osa-alueella. Monesti meidän on vaikea lähestyä toista ihmistä henkilökohtaisissa asioissamme. Näissä tilanteissa musiikki saattaa avata kanavia ja antaa mahdollisuuden keskusteluun vaikeistakin asioista.

Aikoinani opiskellessani sosiaaliohjaajaksi tuli eteeni tilanteita, joissa juuri musiikki vaikutti terapeuttisesti ja antoi mahdollisuuden syvällisiin keskusteluihin vanhainkotiharjoittelun aikana. Hartaustilaisuudet, joita siellä järjestettiin olivat usein musiikkipainotteisia, saivat aikaan avautumista ja muisteluja myös lapsuuden kokemuksista. Vanhuudessa elämänvoimien hvetessa ja muistin hapertuessa, löytyy menneeseen elämään vielä yksi tie, se on musiikki. Sairauden sulkiessa yhteydet toisiin ihmisiin, herättää tuttu laulu mielen unesta. (Issakainen 2005, 118).

Kimmo Lehtosen kirjassa ”Musiikki terveyden edistäjänä” nähdään, että musiikki tuo lohdutusta esimerkiksi pitkälle laitostuneen, kroonisesti sairaan vanhuksen elämän ankeuteen. Musiikin avulla on voitu merkittävästi aktivoida uudelleen edellä mainittua ryhmää. (Lehtonen 1989, 45.)

Musiikissa on ihmeellinen voima. Niin kauan kuin yleensä on ollut elämää, niin kauan on ollut myös musiikillista toimintaa. Eri aikoina ja eri kulttuuripiireissä on kehittynyt hyvinkin erilaisia musiikin tuottamisen ja kuluttamisen muotoja. Kuitenkin se aina toimii ihmisten sisimmän olemuksen lahjomattomana kuvastimena ja samalla myös purkautumistienä. Musiikin parantavat vaikutukset ovat olleet tunnettuja jo ammoisista ajoista. Niitä on pyritty käyttämään hyväksi yrittäessä lohduttaa ja auttaa vaikeuksissa kamppailevaa ihmistä. Vieläpä suurempi merkitys on ollut sillä musiikilla, joka vuosituhansien aikana on auttanut ihmisiä ilmaisemaan sekä rakkauttaan että riemuaan, purkamaan tuskaansa, kärsimystään ja jopa vihaansaakin ja näin jo ennakolta ehkäissyt niitä ristiriitoja, jotka muuten olisivat väistämättä olleet edessä. (Lehikoinen 1973, 16.)

Musiikki toimii usein sielunhoidollisessa tarkoituksessa, vaikka se olisi niin sanottua ”maallista” musiikkia. Isälleni laulu ”Anna mulle tähtitaivas” oli lohdullinen veljeni

kuoleman jälkeisinä aikoina. Tärkeintä on, että ihminen voi kuunnella sellaista musiikkia, josta kokee saavansa eväitä oman elämänsä tilanteisiin. Ihmisen pohtiessa uskonnollisia kysymyksiä hengellinen musiikki voi auttaa häntä kokemaan lohdutusta ja rauhaa. Musiikki voi auttaa häntä käsittelemään vaikeitakin asioita turvallisesti symbolisen matkan päästä. (Ahonen 1993, 295.)

Jouko Kiiskin kirjassa ”Sielunhoito” tulee ilmi Oliviuksen ajatus nykyaikaisen hengellisen musiikin käyttömahdollisuuksista sielunhoidossa sekä Kettusen ajatus siitä, että sielunhoidossa voitaisiin käyttää enemmän musiikkiterapian keinoja, kuten virsiä ja musiikkia. (Kiiski 2009, 124.) Myös Raamatussa ilmenee musiikin terapeuttinen vaikutus kertomuksessa masentuneesta Saulista, jota Daavid rauhoitti ja virkisti harpunsoitolla (1 Sam.16:14-23). Tämän mukaisesti Lutherkin saattoi sanoa: ”Musiikki on paras lohdutus murheelliselle ihmiselle, se rauhoittaa, virvoittaa ja virkistää sydämen”. (Sariola 2003, 23.)

Uskonpuhdistuksen aikaan Luther puhui paljon musiikin vaikutuksista, tervehdyttävästä voimasta ja eheyttävistä ominaisuuksista. Musiikilla oli hänelle itselleenkin tärkeä terapeuttinen merkitys. Lutherin mukaan: ”Musiikki ulottuu kaikkialle, kaikella on musiikkinsa. Jumala on luonut kaiken soimaan.” (Ahonen 1993, 29.) Musikaalisena ihmisenä koen asian hyvin vastaavasti.

Kirkkomusiikin käsikirjassa musiikki nähdään yksiselitteisesti Jumalan hyvänä lahjana. Musiikin ollessa Jumalan hyvä lahja, on siis aina kysyttävä, mikä on sen käyttötarkoitus. Kun musiikki annetaan Luojansa käyttöön, koituu se samalla myös lähimmäisen hyväksi, koska Jumalan ylistäminen ja lähimmäisen palveleminen kuuluvat yhteen. Nuorempana Luther kiinnitti huomiota kirkkomusiikin ja maallisen musiikin eroon. Vanhempana hänelle oli tärkeää selvittää, mikä musiikki on hyvää, mikä huonoa. Hyvälle musiikille ominaista on siihen luomislahjana kuuluva ilo ja suloisuus, joka koituu Jumalan kunniaksi ja lähimmäisen parhaaksi. Huono musiikki on sellaista, jota ei tunnusteta Jumalan lahjaksi eikä myöskään harjoiteta lähimmäisen parhaaksi. Tämä on musiikinteologinen lausuma, joka nousee uskosta kolmiyhteiseen Jumalaan. Antaessaan meille koko luomakunnan, lahjoittaa hän meille myös musiikin.

Edellä kerrotun perusteella on luonnollista, että musiikki Jumalan luomislahjana käsittää sekä laulun että soiton. Vanhassa testamentissa laulaminen ja soittaminen kulkevat kaiken aikaa käsikkäin. Psalmeissa kehoitetaan: ”Maa, kohota Herralle riemuhuuto! Iloitkaa ja riemuitkaa, laulakaa ja soittakaa! (Ps.98:4) ”Halleluja! Ylistä Herraa, minun sieluni! Koko elinaikani minä ylistän Herraa, Jumalalleni minä laulan ja soitan niin kauan kuin elän!”(Ps.146:1-2) (Sariola 2003, 24-25.)

Musiikilla on erinomaiset mahdollisuudet suunnata ihmismieliä myös rauhoittumaan. Harkitusti valituilla musiikkiosuuksilla on kirkkohetken etenemisen kannalta suuri merkitys, hiljentymiseen motivoijana se lienee yllättäen yksi tärkeimmistä. Luonteeltaan musiikki voi olla millaista tahansa kunhan se tukee jumalanpalveluksen sisältöä ja mahdollisuutta pyhyiden kokemiseen. Ei se myöskään sulje pois sitä, mikä on riemullista, sykkivää ja hauskaa. (Rantanen 2003, 252.)

Musiikilla voidaan tukea ihmisen kokonaisvaltaista kehitystä ja hyvinvointia. Seurakunnan musiikkikasvatuksen yksi tavoite on auttaa ihmistä löytämään musiikin merkitys tunne-elämälle ja ihmisten väliselle vuorovaikutukselle. Jokaisessa olevan musikaalisuuden kehittäminen voi mahdollistaa ihmisessä uuden kielen ja ilmaisun kanavan. Musiikin avulla voidaan edistää ihmisen itsetuntemusta ja sosiaalisia valmiuksia esimerkiksi yhteisen musisoinnin kautta. Raamatussa musiikki liittyy ihmisen peruskokemuksiin: iloon, suruun, murheeseen ja ylistykseen. Jumalanpalveluksessa musiikki on yksi kieli, jolla vastataan Jumalan puhutteluun. Jumalanpalveluselämässä olisi otettava huomioon eri-ikäiset seurakuntalaiset niin, että jokainen halutessaan voisi ilmaista uskoaan luontevasti laulaen, soittaen, liikkuen tai kuuntelemaan hiljentyen. (Tuovinen 2003,437-438.)

Mikko Jokinen Porin Diakonia-ammattikorkeakoulusta on vuonna 2002 tehnyt opinnäytetyönä nuorille suunnatun Jumalan karitsa gospel CD-levyn. Jokisen ajatuksena on, että niin musiikin kuin seurakunnan kautta nuorella on mahdollisuus oppia tuntemaan Jumala jokapäiväisessä elämässä. Musiikin kautta uskon yhteisöllinen puoli korostuu ja nuoret voivat kiinnostua myös oman musiikin tekemisestä. Tämän lisäksi joku yksittäinen nuori voi rohkaistua musiikin kautta tulemaan muiden mukaan

toimintaan. (Jokinen 2002, 5.) Olin itse nuoruudessani mukana gospelkuorossa, jossa saimme iloita yhdessä laulamista. Kuoron kautta pääsin kokemaan yhteisöllisyyttä ja ennen kaikkea opin tuntemaan Jumalaa enemmän. Samantyyppistä yhteyttä olen saanut kokea myös opinnäytetyö CD:n tekemisessä yhteistyössä musiikkitiimin kanssa.

Petri Ranta on tehnyt Porin Diakonia-ammattikorkeakoulussa opinnäytetyön: ”Huutavan ääni” gospel CD-levyn vuonna 2010. Petri Rannan mukaan tarvitaan uusia, sanomaa kirkastavia gospellauluja, jotka auttavat ihmisiä pääsemään evankeliumin vaikutuspiiriin ja Jeesuksen ystäviksi. Kaikki eivät tule kirkkoon gospelkonserttiin tai diakoniatoimistoon diakonian vastaanotolle. (Ranta 2010, 59.) Petri Rannan ajatusten tavoin haluan itsekin oman CD produktion myötä tuoda uudenlaisia lauluja sosiaali- ja diakoniatyön kentälle, jotta mahdollisimman moni voisi päästä hengellisen sanoman eheyttävän vaikutuksen alle.

### 3.2 Rukouksen merkityksestä sielunhoidossa

Rukouksessa hiljennymme Jumalan kasvojen eteen. Hänelle saamme kertoa ilomme ja huolestamme, häneltä saamme pyytää myös johdatusta elämäämme. Monilla vanhemmilla on tapana opettaa jo aivan pienelle lapselle iltarukous, jossa lapsi voi rauhoittua turvallisesti nukkumaan.

Spiritualiteetin käsikirjassa Pekka Metso toteaa, että rukous on tärkein ja tehokkain, mutta samalla myös vaativin hengellisen elämän osa-alue. Rukous on nähtävissä kokonaisvaltaisena toimintana, joka ilmaisee ihmisen sielun ja ruumiin yhteyttä. Rukous koskettaa näin ollen koko ihmistä ja ilmaisee juuri hänen olemuksensa psykosomaattisen ykseyden. (Metso 2003, 41.)

Pirjo Hakalan mukaan tarvitaan herkkää vaistoa siinä, milloin asiakas tulee parhaiten hoidetuksi, jos saa sielunhoitajan kanssa yhdessä jättää asiansa ja kipunsa Jumalalle.

Yhteinen rukous voi olla hyvin koskettava ja myönteinen kokemus sellaisellekin, jolle uskonnolliset asiat eivät ole kovin läheisiä oman elämän kannalta. Se voi jopa huokua välittämistä ja viestiä sitä, että elämä on kuitenkin kaikesta kivusta huolimatta itseä suuremmissa käsissä. (Hakala 2002, 252.) ”Rukoukset tuovat heikkouden, avuttomuuden ja turvattomuuden keskelle evankeliumin toivon”. (Sinä olet kanssani, kirkollisten toimitusten opas 2006, 102).

Pentti Huovinen kirjassaan ”Rukous kannattaa” näkee rukouksen merkityksen olennaisena osana uskovan ihmisen elämää. Ihminen voi rukoilla pyytääkseen Jumalalta apua. Pyyntörukous tulee apua tarvitsevan ihmisen sydäimestä, kun hän ei voi itse auttaa itseään tai lähimmäisiään. Rukous edellyttää, että ihmisellä on uskoa olemassa olevaan Jumalaan, joka kuulee rukouksen. Huovinen toteaa, että kristillisen uskon mukaan heikkokin usko, vähemmän kuin sinapinsiemenen verran, riittää rukoukseen. Huovinen tarkastelee myös esirukousta sairaiden puolesta samassa kirjassa. Kirjan mukaan tutkijat toteavat niiden potilaiden, joiden puolesta rukoiltiin, saavan vähemmän komplikaatioita sairautensa aikana. He päätyvät toteamukseen, että: Rukous saattaa olla tehokas tukimuoto normaalin lääketieteellisen hoidon rinnalla. (Huovinen 2005, 9, 45.)

Pastori Seppo Häyrysen ja teologian tohtori Heikki Kotilan kirjassa ”Retriitti tie hiljaisuuteen” havaitaan, että sanallinen rukous on kiitollisuuden ja ilon, elämän huolien ja murheiden tai lähimmäisten hädän tuomista Jumalan eteen. Tätä mukaellen rukous voi olla Jumalan ylistämistä, avuksihuutamista tai esirukousta. Näin toteutettu rukous on sekä seurakunnan yhteisen jumalanpalveluksen että yksityisen hartaudenharjoituksen olennainen osa. Rukouksen ei kuitenkaan tarvitse olla aina tietyjen asioiden tuomista Jumalan eteen. Rukous voi yhtä hyvin olla Jumalan edessä viipymistä, jolloin rukouselämän painopiste siirtyy sanallisesta rukouksesta mietiskelevään rukoukseen. Häyrysen ja Kotilan mukaan monen rukoilijan kokemuksena on, että rukouselämässä kasvaminen on sanoista ja rukouspyynnöistä luopumista ja hiljaisuuteen laskeutumista. Rukoilijalle tulee olennaiseksi avoimuus Jumalan edessä. Näin rukous on luottamuksessa elämistä, Jumalassa olemista. (Häyrynen & Kotila 2003, 39.)

Arja Kujala on Porin Diakonia-ammattikorkeakoulusta vuonna 2012 tehnyt opinnäytetyön Pysähtykää ja levätkää vähän – Matka-alttari hiljentää diakoniatyössä. Työssä tuli ilmi ihmisen kaipuu hiljentymiseen ja myös Raamatun kehoitus rukoukseen. Kujalan mukaan rukous on kristityn oikeus, velvollisuus ja Jumalan käsky. Raamattu osoittaa, että rukouksen tulisi olla osa kristityn elämää, Jeesus itsekin vetäytyi yksinäisyyteen ja hiljaisuuteen rukoilemaan. (Kujala 2012, 7-12.) Tutustuessani Kujalan opinnäytetyöhön havaitsin yhtäläisyyksiä omaan työhöni nähden juuri rukouksen ja hiljentymisen merkityksestä sielunhoidossa. CD-levyssä olevat rukoukset ja raamatunkohdat tukevat hiljentymistä.

Thomas Merton ”Ajatuksia yksinäisyydestä” kirjassaan puolestaan toteaa, että mietiskelevässä rukouksessa ihminen ei ajattele eikä puhu pelkästään mielellä ja huulilla, vaan jollakin tavoin koko olemuksellaan. Näin rukous ei ole sanakaava tai sarja anomuksia, jotka kumpuavat sydäimestä. Tällöin rukous on sitä, että ruumis, mieli ja henki valppaassa hiljaisuudessa, syvän kunnioituksen vallassa suuntautuvat kohti Jumalaa. (Merton 1989, 39.)

Liisa Natrin mukaan rukous on sydämen puhetta Jumalan kanssa. Rukous on keskustelua, jossa me välillä kuuntelemme, mitä toisella on sanottavaa. Jumalakin odottaa, että me välillä hiljennymme kuuntelemaan hänen puhettaan. (Natri 1994, 62.)



## 4 PRODUKTION TYÖSTÄMINEN

### 4.1 Suunnitelman lähtehillä

Suunnitelmana oli tehdä hengellinen CD-levy sosiaali- ja diakoniatyön sielunhoidolliseen käyttöön, erilaisissa elämäntilanteissa olevien ihmisten kohtaamiseksi ja heidän hiljentymisen mahdollistamiseksi, musiikin ja rukousten kautta. Samalla ajatuksena oli kuunteluttaa valmista CD-levyä erilaisissa ryhmissä palautteen saamiseksi sen käytettävyydestä sielunhoidollisena välineenä. Tarkoituksena oli saada palautetta sekä vapaiden keskustelujen kautta että kyselylomaketta käyttäen.

Lokakuussa 2012 opinnäytetyön aihe piti olla selvillä, ja olin heti tosi innostunut, kun minulle selvisi, että opinnäytetyönä voi tehdä myös oman äänitteen. Tätä asiaa pohtiessani menin yhteen seurakunnan tilaisuuteen ja tapasin siellä entisen tuttavani. Meille tuli puheeksi opinnäytetyöni aihe. Kerroin hänelle ajatuksestani, ja hän kiinnostui kovasti ideasta. Samalla hän kertoi minulle omasta tilanteestaan sairautensa aikana, kun hän oli hyvin yksin ja heikossa kunnossa, antoi tuttu diakoniatyöntekijä hänelle hengellisen kasetin kuunneltavaksi. Ystäväni kuunteli sitä useampaan kertaan ja sai rohkaisua sairautensa keskellä. Tilanteessa, jossa ihminen on sairas ja yksinäinen eikä jaksa ehkä lähteä seurakunnan tilaisuuksiin, antaa musiikki mahdollisuuden hiljentymiseen ja rauhoittumiseen. Tämä keskustelu vahvisti ajatustani opinnäytetyön aiheesta ja sain lopullisen ajatuksen hengellisen CD-levyn tuottamisesta.

Erityisesti Kirkkomusiikin käsikirjan lukemisen myötä aihetta tukeva teoreettinen taustatieto oli hahmottumassa ja olin ajatellut, että laulujen välissä voisi olla pieniä rukouksia tai raamatunlauseita, jotka ovat tilanteeseen sopivia. Lauluvaihtoehtoja miettiessäni ensimmäinen ajatus oli käyttää enimmäkseen virsiä, mutta ajatus laajeni muunkinlaisten kappaleiden käyttömahdollisuuteen. Tähän osaltaan vaikutti se, kun selvisi teostomaksukäytäntö, jossa tietyn summan jälkeen on mahdollista vapaasti

käyttää tietty määrä erilaisia lauluja. Tätä myötä päädyimme ottamaan mukaan sekä ystäväni Mari Atkinsin tekemiä kappaleita että muita hengellisiä lauluja virsien lisäksi.

#### 4.2 Tiimin muodostuminen ja työn eteneminen

Lauluyhtyeemme Pisan kanssa olimme laulaneet yhdessä erilaisissa tilaisuuksissa ja meistä oli muodostunut hyvä ryhmä. Yhtyeeseen kuuluu itseni (laulu + sananpaikat ja rukoukset) lisäksi Mari Atkins (piano, laulu), Elina Kangas (laulu) ja Toni Järvinen (basso, piano). CD-levyn tekemiseen lupautuivat lisäksemme Leelo Lipping (viulu), Mika Rotkus (bongorummut) ja äänittäjäksi Markus Lähde (kitara). Kaikki saimme iloita upeasta tiimistämme tämän musiikillisen osuuden äärellä, varsinkin minä opinnäytetyön tekijänä ja CD:n tuottamisesta vastaavana.

Seuraavaksi sovimme äänityspäivämäärän. Päädyimme toteuttamaan lopulliset harjoitukset 8.12.2012 ja äänityspäiväksi sovimme 29.12.2012. Äänityspaikaksi miksaustyöhön lupautunut Markus Lähde ehdotti studion sijaan puurakennusta tunnelman ja oikean akustiikan luomiseksi. Mieleeni tuli eräs rakennukseltaan vanha, toiminnassa oleva koulu, ja sen myötä olin yhteydessä kyseisen koulun rehtoriin, jonka kanssa sovimme tilojen käytöstä äänityksiä varten. Olimme tyytyväisiä tähän ratkaisuun. Se oli taloudellisestikin hyvä, koska studioäänitykset olisivat tulleet liian kalliiksi opiskelijalle.

#### 4.3 Äänitykset

Äänityspäivä oli erittäin jännittävä, koska tarkoituksena oli saada kaikki laulut äänitettyä saman päivän aikana. Ihan aluksi järjestelimme äänitykseen liittyvät tarvikkeet paikoilleen luokahuoneeseen ja alkurukouksen jälkeen pääsimme

aloittamaan niin sanotun ”live”-äänityksen. Tiukan aikataulun vuoksi kaikki kappaleet oli soitettava ja laulettava samanaikaisesti. Oli vaikea saada lauluja onnistumaan halutulla tavalla jännityksen ja väsymyksen vuoksi. Pidimme lyhyen ruoka- ja kahvitauon, jota varten olin valmistanut makaronilaatikon ja ostanut kahvipullat. Äänitimme kaikki kymmenen laulua samana päivänä, joten meillä oli syytä tyytyväisyyteen ”urakan” loputtua. Päivä oli erittäin rankka, koska aloitimme jo kello 12.00 ja pääsimme lähtemään kotiin vasta kello 21.00.

Alun perin olin suunnitellut aloittaa CD:n tekstiosuudet Isä meidän rukouksella ja lopettaa ne Herran siunaukseen. Matkan varrella kuitenkin sisältöä tarkemmin työstäessäni sain ajatuksen, että voisin perinteisten rukousten sijaan käyttää omin sanoin muotoiltua alkurukousta ja lisätä pieniä itsessään jo rukoukseksi ajateltavia Raamatun jakeita laulujen väliin. Viulu- ja puheosuudet päädyimme äänittämään eri päivänä: 10.2.2013. Markukselle jäi iso työ saattaa kaikki äänitykset yhtenäiseksi kokonaisuudeksi. Hän onnistui tehtävässään oikein hyvin ja toimitti valmiiksi miksaamansa masterlevyn minulle 21.2.2013. Jännityksellä kokoonnuimme ensimmäistä kertaa kuuntelemaan CD:tä minun luokseni. Juhlistaakseni tuoreen levyn kuuntelutilannetta olin leiponut kakun meitä kaikkia tiimiläisiä varten. Ensitunnelmat olivat myönteiset ja saimme iloita yhdessä. Olin valtavan kiitollinen, sillä yhteistyö äänitystiimin kanssa oli sujunut loistavasti.

#### 4.4 CD-levyn kuuntelutukset ja lopullinen muoto

Seuraavaksi työskentelyprosessi eteni CD:n esikuunteluttamisella erilaisten kuunteluryhmien (leskien, eläkeläisten, vapaaehtoistyöntekijöiden, diakoniatyönoiskelijoiden ja aikuisten) kautta. Tässä kohtaa palautteen kerääminen tapahtui vapaamuotoisesti keskustellen sekä kyselylomaketta käyttäen. Olin aloittanut diakoniatyöharjoittelun seurakunnassa helmikuussa 2013, jonka aikana sain mahdollisuuden kuunteluttaa levyä leskien ryhmässä 26.2.2013 ja eläkeläisten päiväpiirissä 12.3.2013. Diakoniatyöharjoitteluni jatkui huhtikuussa 2013 toisessa

seurakunnassa, jossa mahdollistui kuuntelutus 2.5.2013 diakoniatyön vapaaehtoistyöntekijöiden parissa.

Summattuna saamani palaute CD:stä edellä mainituista kolmesta ryhmästä oli paljon myönteistä sekä rakentavan kriittistä esimerkiksi kappalevalintoihin nähden. Näiden kuuntelutuskertojen jälkeen omasta ajatuksestani tuli halu lyhentää CD:tä kolmen kappaleen verran. Alkuperäisestä levystä poistin siis yhden englanninkielisen ja kaksi suomenkielistä laulua. Englanninkielinen laulu jakoi ihmisten mielipiteitä; toiset kokivat sen erittäin juhlavaksi ja toiset eivät pitäneet sen vieraskielisyydestä. CD-levyn yhtenäisyyden säilyttämiseksi pitäydyin pelkissä suomenkielisissä lauluissa. Lisäksi päädyin poistamaan yhden Marin omista lauluista, koska emme tiimin kanssa olleet täysin tyytyväisiä laulusuoritukseen. Poistin CD:stä vielä yhden laulun, jotta levyn pituus ei olisi liian pitkä. Lopulliseksi CD:n kappalejärjestys (laulut ja rukoukset) näin muodostui:

1. Rukous (Katriina Johnson)
2. Virsi 338, Päivä vain ja hetki kerrallansa (Säv. Oscar Ahnfelt, san. Lisa Sandell, suom.sanat Julius Engström)
3. Pelastetun kiitos (Psalmi 34) (Säv./san. Mari Atkins)
4. Toinen kirje korinttolaisille 1:3-4 (Trad.)
5. Sydämmellä Jeesuksen (Säv. Yrjö Karanko, san. Helmi Selin)
6. Hiljaa eteesi (Säv./san. Mari Atkins)
7. Jesaja 64:8 (Trad.)
8. Valajan käsissä (Säv./san. Darlene Zschech, suom. san. Jukka Laamanen)
9. Kohti Jumalaa (Säv./san. Mari Atkins)
10. Psalmi 30:11-13 (Trad.)
11. Virsi 341b, Kiitos sulle Jumalani (Säv. C.C. Stebbins, san. August Ludvig Storm, suom. San. Kaarlo J. Rahikainen)

CD-levyn laulujen, rukousten ja raamatunkohtien sanat (LIITE 2) on luettavissa omasta liitteestä. Kappaleiden valintaan vaikutti sekä teoriapohjasta nousseet perusteet, niin kuin myös tässäkin valituille virsille, että yhteinen ryhmämme kokemus Marin lauluista. Erityisesti laulut Kohti Jumalaa ja Hiljaa eteesi sopivat hyvin tilanteeseen, jossa ihminen haluaa rauhoittua, hiljentyä Jumalan kasvojen edessä. Pelastetun kiitos (Psalmi 34) on puolestaan ylistyslaulu. Oma lempilauluni Sydämmellä Jeesuksen on ollut minulle henkilökohtaisesti merkittävä, lohtua antava kappale veljeni kuoleman aikoihin ja on sitä yhä, tämän myös halusin liittää muidenkin lohdun lähteeksi mukaan CD-levylle. Valajan käsissä oli ryhmämme kautta tuttu laulu, joka sopi hyvin sanoitukseltaan ja

lisäksi minua ilahdutti sen australialainen alkuperä, onhan perheeni puoliksi australialainen. Virret Päivä vain ja hetki kerrallansa sekä Kiitos sulle Jumalani ovat monelle suomalaiselle tuttuja ja niissä ovat erittäin hyvät, lohdulliset sanat. Kiisken kirjasta ”Sielunhoito” ilmenee myös, että Väättäisen haastatteleminen sairaalateologien mukaan toivotuimmat virret ovat Kiitos, sulle Jumalani (341) ja Päivä vain ja hetki kerrallansa (338). (Kiiski 2009). Mielipiteitä kappaleille on toki yhtä paljon kuin ihmisiäkin, mutta tämän opinnäytetyön tekijänä ja teoriapohjaani sekä omaan tuntemukseeni pohjaten päädyin edellä mainittuihin kappaleisiin.

Seuraavana työskentelyvaiheessa oli CD:n lopullisen muodon kuunteluttaminen ryhmissä ja palautteen kerääminen sen käytettävyyteen liittyen. Palautteen keräämiseksi käytössäni oli kyselylomake.

14.8.2013 kuuntelutin CD:n hengellisessä aikuisten keskusteluryhmässä ja 12.9.2013 diakoniaopiskelijoiden ryhmässä. Lisäksi tuttu diakoniatyöntekijä kuunteli levyn 16.8.2013. Saamiani palautteita tarkastelen lähemmin palautteiden analysointi osiossa.

24.8.2013 suunnittelin CD-levyn kannet (LIITE 3), joissa kansikuvan olen ottanut Keski-Suomesta vanhempieni kesämökin laiturilta. CD:n musisointiin osallistuneiden kuvat olen ottanut äänityspäivänä (28.12.2012) paitsi Leelon kuva, jonka hän toimitti minulle myöhempanä ajankohtana (17.8.2013). Levyn ulkoasun muokkaamisessa oli noudatettava Teoston antamia ohjeita. CD-levyssä olevien kuvien asettelemisessa printattavaan muotoon sain teknistä tukea ystävältäni. CD:n ulkoasun painatuksesta huolehtivat puolisoni John Johnson yhdessä veljensä Clem Johnsonin kanssa. Ulkoasua myöten CD oli valmis kokonaisuus 27.10.2013 mennessä.

#### 4.5 Työskentelyprosessin arviointi

Opinnäytetyön aihe syntyi helposti. Kiinnostuin hengellisen CD-levyn tuottamisesta heti vaikka se tuntuikin haasteelliselta ajatukselta. Olimme joskus leikitellen puhuneet lauluyhtyeemme Pisaran kanssa CD:n tekemisestä, joten perustiimikin oli jo koossa. Tämän olemassa olevan lauluryhmän (minä itse, Mari, Elina ja Toni) lisäksi tarvitsimme ennen kaikkea äänittäjän, jotta hanke voisi onnistua. Ilokseni äänittäjä sekä muut levyn tekemiseen osallistuneet muusikot löytyivät tuttujen ihmisten kautta. Tiimityöskentely sujui hienosti ja sovitut asiat toimivat hyvin.

Haasteelliseksi ja työlääksi koin produktion työstämisessä Teosto käytäntöjen selvittämisen. CD-levyn tekemisessä on tarkoin noudatettava annettuja ohjeita, jotta levy täyttäisi kaikki sille asetetut vaatimukset.

Laulujen ja tekstien miettimisessä oli oma haasteensa, jotta mahdollisimman suuri ikäryhmä voisi kokea ne itselleen sopiviksi. Jälkeenpäin mieleeni on tullut yhä enemmän ihania lauluja ja tekstejä, joita olisi kiva joskus tulevaisuudessa äänittää. Äänityksiin haluaisin käyttää enemmän aikaa, jotta lauluosuudet sujuisivat vielä vähän paremmin.

Jo alun alkaen ajatuksena oli testata ja saada palautetta valmiista CD-levystä. Laadin kyselylomakkeen, jonka sisällöstä kerron vähän enemmän palautteiden analysointi osiossa. Kyselylomakkeessa esitetyt kysymykset olivat suhteellisen helppo laatia, koska niiden avulla halusin aidosti saada todellista palautetta CD-levyn käytettävyydestä. Toivoin, että levyn kuuntelutus onnistuisi työharjoittelupaikkojen yhteydessä. Alun perin tarkoituksenani oli kuunteluttaa levyä jo sosiaalialan työharjoittelussa syksyn 2012 aikana. Levyn valmistuminen ajoittui kuitenkin kevään 2013 aikoihin. Ilokseni suurin osa kuuntelutuksista mahdollistui diakonian harjoittelupaikoissa, kahdessa eri

seurakunnassa keväällä 2013. Kuuntelutukset olivat myönteisiä kokemuksia ja rohkaisivat minua prosessissa eteenpäin. Oli mielenkiintoista kuulla ihmisten erilaisia mielipiteitä CD-levyyn ja ylipäättänsä musiikkiin liittyen. Keskustelut olivat hyvin hedelmällisiä ja antoivat minulle uutta näkökulmaa ihmisten kokemuksista musiikkiin nähden.

CD-levyn kansien toteuttaminen oli yllättävän vaikeaa teknisesti, koska minulla ei ollut siihen aiempaa kokemusta, sain ilokseni kuitenkin oppia tässäkin asiassa jotain uutta. CD-levyn painatus oli koko prosessin ajan minua tavalla tai toisella askarruttava asia. Pohdin miten ja missä painatus voisi tapahtua, jotta myöskään kustannukset eivät nousisi liian korkeiksi. Loppujen lopuksi asia järjestyi puolisoni veljen omassa yrityksessä. Kaiken kaikkiaan olen todella tyytyväinen opinnäytetyön aihevalintaan ja iloitsen onnistuneesta tuotoksesta. Tulevaisuudessa olisi hienoa päästä toteuttamaan myös studioäänitys ja tuottaa nykyiselle hartauslevylle jatko CD-levy. Siihen voisi äänittää muita hyväksi koettuja sekä uusia että vanhoja hengellisiä lauluja ja tekstejä.

## 5 PALAUTTEIDEN ANALYSOINTI

Analyysissä on tärkeää ottaa huomioon, että jokainen ihminen on yksilö ja omassa yksilöllisessä kokemusmaailmassaan ja elämäntilanteessaan. Hartauden kaipauksessa tämä tausta huomioiden myös musiikin kautta yksilölle avautuu oma uniikki kokemus, jota toisen ei ole mahdollista täysin ennakoida. Suuntaviittana hartaus-cd on kuitenkin kelpo tavalla onnistunut ohjaamaan kuulijan ajatuksia kohti toivottavaa sielunhoidollista vaikutusta.

Kyselylomakkeilla keräämäni palautteen olen analysoinut kysymys kerrallaan yhteneväisiä yläotsikoita sisällölle etsien. Tiedetyt teemat toistuivat selkeästi, vaikka hajontaa ja kirjoakin palautteissa sopivasti oli. Palautteet keräsin 27 eri kyselylomakkeesta. Aivan kaikki vastaukset eivät olleet käytettävissä tai niiden sisältö viittasi eri kysymykseen. Samassa palautteen sisältä oli löydettävissä myös moneen eri yläteemaan sopivia vastauksia. Ryhmät, joilta palautteen keräsin olivat nuoria diakoniatyöopiskelijoita (miehiä ja naisia), aikuisten keskusteluryhmä (noin 30-40-vuotiaat äidit) leskien ryhmä (noin 60-80-vuotiaat miehet ja naiset) ja eläkeläisten päiväpiiri (sama ikäryhmä kuin edellä) ja vapaaehtoistyöntekijöiden ryhmä (noin 60-70-vuotiaita naisia). Näin ollen palaute on kerätty laajaa ikäryhmää edustavalta joukolta.

Halusin käyttää kyselylomaketta palautteen keräämiseen, koska sillä tavalla oli mahdollisuus saada suhteellisen iso määrä vastauksia samanaikaisesti. Kyselylomakkeella halusin mitata sitä, miten ihmiset kokivat CD-levyn sanoman ja sen mahdollisen käytettävyyden. Halusin myös kartoittaa miten ihmiset kokivat laulut ja rukoukset. Lisäksi halusin tietää kuuntelijoiden mahdolliset kehitysideat.



Kyselylomakkeella halusin saada vastaukset seuraaviin kysymyksiin:

1. Millaisessa tilanteessa voisit ajatella kuuntelevasi kyseistä CD:tä?
2. Oliko CD:ssä jotakin joka jäi erityisesti mieleen tai pohdituttamaan?
3. Oliko CD:ssä jotakin joka häiritsi?
4. Millainen CD oli mielestäsi sanomaltaan?
5. Onko CD:ssä jotakin jota haluaisit poistaa tai lisätä siihen?

Saamistani vastauksista tein sisällön analyysin. Sisällön analyysia voidaan pitää perusprosessina laadulliselle ja aineistolähtöiselle tutkimukselle. Kirjoitettua ja suullista kommunikaatiota voidaan analysoida käyttäen sisällönanalyysia. Sisällönanalyysin juuret ovat 1800-luvulla uskonnollisten tekstien ja hymnien analyysissä. Sisällönanalyysillä kerätty tietoaaineisto voidaan tiivistää niin, että tutkittavaa ilmiötä voidaan yleistävästi ja lyhyesti kuvailla. Sisällön analyysissa tutkimusaineistosta erotetaan samanlaisuudet ja erilaisuudet. (Latvala & Vanhanen-Nuutinen 2001, 21-23.)

### 5.1 CD-levyn käyttömahdollisuudet

Ensimmäisellä kysymyksellä selvitettiin millaisessa tilanteessa CD:tä voisi ajatella käyttävänsä.

#### *Diakoniatyössä, hengelliset yhteistapaamiset*

Diakoniatyön kannalta selkeästi eniten (14 kpl) käyttömahdollisuuksia nähtiin erilaisiin hengellisiin yhteistapaamisiin ja ryhmiin ikähaarukalla koululaisista vanhuksiin. Esimerkiksi erilaiset hartaudet, rennommat tuokiot kuten riparinuotiot ja löhöraamikset,

rukoushetket ja taustalle soimaan muun ryhmätoiminnan aikana. Toiseksi eniten vastauksia (5 kpl) sai mahdollisuus käyttää CD:tä eri syistä vuoteenomana tai muuten hartaustilaisuuksiin lähtemään estyneiden hiljentymiseen ja sielunhoitoon, tai silloin kun asiakkaan on helpompi kuunnella hengellisiä asioita musiikin kautta. Lisäksi yhdessä vastauksessa ajateltiin että sielunhoidollisessa asiakastilanteessa CD:tä voitaisiin käyttää keskustelun avaajana.

### *Yksikseen/ei-ammattillisessa mielessä, rauhoittumiseksi ja lohdutukseksi*

Oman itsensä kannalta käyttömahdollisuuksia nähtiin erittäin paljon. Palautteissa toistui sana ”itsekseni”, erilaisissa tilanteissa tai tietyn sielunhoidollisen tunnelman hakemiseksi. Alateemoina tässä eniten vastauksia saivat rauhoittumiseksi (9 kpl) ja lohdutukseksi (8 kpl). CD-levyn yhtenä tarkoituksena oli virittää ihminen hiljentymään ja rauhoittumaan itsekseni. Vastaukset tukevat tätä ajatusta. Hiljentymisen ja rohkaisu olivat kumpikin kolmen vastaajan mielessä ja rentoutuminen toistui kahdessa vastauksista. Päivään kiireiden lomassa ja arjen keskellä arvioi kolme vastaajaa voivansa käyttää CD:tä. Ystäväporukassa CD:tä olisi käyttänyt kaksi vastanneista.

## 5.2 Kuulijoille jäi erityisesti mieleen

Kakkoskysymyksessä selvitettiin, jäikö kuulijalle jotain erityisesti joko mieleen tai pohdituttamaan. Osa vastauksista sisälsi samalla arviointia CD:stä. Isoimpina yläteemoina tähän vastaukseen oli löydettävissä kuulijan myönteiset kokemukset joko CD:n toteutukseen tai siltä välittyvään tunnelmaan nähden.

### *Välittyvä tunnelma; rauha, myönteinen sanoma ja ilo*

CD:ltä välittyi kuulijalle rauhaa (6 kpl), myönteinen sanoma ja ilo (5 kpl), lämmin ja kaunis tunnelma (4 kpl), koskettavuus (2 kpl) ja kiitollisuus tai sen muistutus (2 kpl).

### *Toteutukseen liittyvät asiat*

Toteutuksessa puolestaan pidettiin rukouksista ja puheosuuksista (7 kpl), viulun käytöstä (5 kpl), hyvästä selkeästä kokonaisuudesta (5 kpl), selkeästä äänestä ja hyvästä jatkuvuudesta (4 kpl), musiikin sopivasta vaihtelevuudesta (3 kpl), hyvistä lauluvalinnoista (2 kpl) ja tavasta jolla kappaleet olivat sovitettu (2 kpl). Kaksi vastanneista koki CD:n ehkä liian pitkäksi, yhden vastaajan mukaan sen pituus oli juuri sopiva. Kahdessa palautteessa kiiteltiin CD:n monikäyttöisyyttä. Kolmea vastaajaa oli jäänyt mietityttämään levyllä toinen laulu; Pelastetun kiitos (Psalmi 34). Kahden mielestä se ilahdutti ja yhden mielestä poikkesi liiaksi muista lauluista. Lisäksi yksittäisissä vastauksissa pohdittiin muun muassa sitä mistä tällainen idea on syntynyt, millaiseksi CD:n tuleva ulkoasu muodostuu, sopisiko levy vain uskovia ajatellen vai sekä että, laulaako tekijä itse ja mistä sen saa hankkia.

### 5.3 Häiritsevät tekijät

Kolmannessa kysymyksessä pyrittiin kartoittamaan kuulijan kokemusta häiritsevistä tekijöistä. Yli puolet ei löytänyt mitään häiritsevää (14 kpl). Kaksi vastaajaa koki häiritsevänä joidenkin kappaleiden kohdalla äänten epätasapainoa tai ylipäättään äänissä laulamisen. Eräs kuulija toi esiin ensin olleen outoa että CD:llä oli myös puhetta, vaikka siihen tottuessaan sen näkikin hyvänä kokonaisuuden kannalta. Yksittäisistä vastauksista löytyi lisäksi seuraavia jossain määrin häiritseviksi koettuja asioita; liian pitkä, musiikin vaihtelevuus (kappale 2), olisi kaivattu perinteisempää ja virsiä, sanoma liian raskas, liian vähän rukousta, olisi kaivattu tietoa, oliko osa puheosuuksista suoraan Raamatusta vai hiukan muokaten, sekä jonkun mielestä pianosäestystä oli liikaa.

#### 5.4 Kokemus CD-levyn sanomasta

*Kokemus hyvän olon saamisesta; sanoman rauhoittavuus ja lohduttavuus*

Kysymyksellä neljä haettiin kuulijan kokemusta siitä, millainen CD oli sanomaltaan. Eniten vastauksia sai kokemus hyvän olon saamisesta levyn kautta, sisältäen rakastetuksi ja virvoitetuksi tulemisen kokemukset (12 kpl). CD:n sanoman koettiin olevan rauhoittavan (9 kpl), lohduttavan (8 kpl), rohkaisevan (5 kpl), iloisen (4 kpl) ja voimaa antavan (4 kpl). Lisäksi CD:n sanoma kuvattiin olevan: positiivinen (3 kpl), turvallisuuden tunnetta lisäävä (3 kpl), valoisa ja toivoa antava (3 kpl), kiitollisuuteen herättävä (3 kpl) ja kaunis (3 kpl). Kahdessa vastauksessa CD:n sanoma koettiin hyvin hengelliseksi. Lisäksi yksittäisiä vastauksia kuvaamaan CD:n sanomaa; vähän haikeamielinen, ihana, rentouttava, ytimekäs kokonaisuus, hieman raskas ja hiljentymistä tukeva.

#### 5.5 Poistettavia ja lisättäviä asioita

Viidennessä kysymyksessä tiedusteltiin oliko CD:ssä jotain, jota kuulija haluaisi poistaa tai lisätä siihen. Toistuvain vastaus (11 kpl) oli että ei tullut mieleen muutettavia asioita. Kaksi vastaajista lyhentäisi CD:tä muutamalla laululla ja yksi poistaisi osasta kappaleista pianosäestyksen. Puolestaan viisi vastaajaa lisäisi vielä puhe/-rukousosuutta ja kolme vastaajaa toivoisi lisää toisena esitetyn kappaleen (Pelastetun kiitos) kaltaisia iloisen rytmisiä lauluja. Yksi vastaaja lisäisi enemmän tuttuja lauluja, yksi vastaaja puolestaan toivoi että joko yksi laulaisi tai sitten lauluryhmä olisi suurempi. Lisäksi yhdessä vastauksista kaivattiin erilaisia säestysinstrumentteja, yhdessä vastauksessa kokoavaa alkupuheenvuoroa siitä mitä CD:n tarkoitus on sekä yhdessä vastauksista kaivattiin lisää pituutta CD-levylle.

## 5.6 Vapaamuotoisten keskustelujen palaute

Vapaissa keskustelutilanteissa sain CD-levystä paljon myönteistä arviointia, lisäksi yksi diakoniatyöntekijä vastasi vapaamuotoisella kirjallisella palautteella. Viimeksi mainitusta on löydettävissä paljon samansuuntaista rohkaisevaa palautetta kuin kyselylomakkeistakin, lisäksi haluan ottaa tästä palautteesta muutaman suoran lainauksen, joka antaa erilaista ammatillista näkemystä CD:n käytettävyydestä:

Levy on työkalu, jota voisin ajatella hyvinkin esimerkiksi sellaisen työntekijän käyttöön jolla ei ole omaa kykyä musiikin tuottamiseen tai esimerkiksi säestämiseen. Koin viisaudeksi sen, että sovitukset eivät olleet liian taiteellisia. Nyt lauluihin oli mahdollista yhtyä yhteislauluna ja sävellajitkin pysyivät yhteislaulukelpoisina.

...sopii käytettäväksi kokonaisuutena (pienenä jumalanpalveluksena tai rukoushetkenä) tai osissa esimerkiksi kappale kerrallaan hartaushetkessä.

## 6 OPINNÄYTETYÖN EETTISYYS JA LUOTETTAVUUS

Opinnäytetyön työstämisessä olen huomioinut sosiaali- ja diakonia-alan eettiset periaatteet. Toteuttamani kyselyn kohdalla pyysin lupaa siihen osallistuneilta henkilöiltä ja heidän palautteidensa käyttämisestä opinnäytetyön tutkimuksellisen osan tekemiseen. Kysely toteuttiin nimettömänä. Opinnäytetyön kirjallisessa osuudessa ei mainita henkilöiden eikä yhteisöjen nimiä tietosuojan säilyttämiseksi. CD-levyllä käytetyistä tekijänoikeuksilla suojatuista lauluista olen maksanut Teoston määräämät maksut sekä noudattanut Teoston ohjeistusta CD:n ulkoisen asun muotoilussa.

Kerättyä palautetta eli tässä raportissa tutkimusta vastaavaa aineistoa toteutettaessa on kiinnitetty huomiota sen sisäiseen ja ulkoiseen luotettavuuteen, jotta tutkimuksen kokonaisluotettavuus olisi mahdollisimman hyvä. Raportissa käsitellyn palautteen ulkoinen luotettavuus toteutuu siinä, että palautteet on kerätty monipuolisesta diakoniatyön kentällä toimivasta asiakas- ja työntekijäjoukosta. Mittarin eli tässä raportin palautteiden keräämiseksi käytetyn kyselylomakkeen luotettavuus muodostuu reliabiliteetista ja validiteetista. Tutkimusaineisto on sisäisesti luotettava siinä määrin kuin mittaaminen on reliaabelia ja validia. Mittauksen reliabiliteetti tarkoittaa mittaustuloksen toistettavuutta, ei sattumanvaraisuutta. Validiteetilla tarkoitetaan mittarin kykyä mitata juuri sitä, mitä on tarkoituskin mitata. (Uusitalo 1991, 84-86.)

Kyselylomakkeella halusin mitata juuri sitä, minkälaista mielen tunnelmaa se kuulijalleen tuottaa (sielunhoidollisuus), jolloin on ollut mahdollista vetää johtopäätöksiä CD:n käytettävyydestä musiikin ja rukouksen kautta hiljentymiseen. Tätä myötä tuotoksen käytettävyys diakoniatyön kentällä erilaisissa tilanteissa on vahvistunut.

## 7 POHDINTA JA JOHTOPÄÄTÖKSET

CD:n toteuttaminen on ollut ihanaa ja työlästä. Olen saanut siitä paljon itselleni. Juuri oikeiden laulujen löytäminen on ollut oma prosessinsa, jotta sanomasta tuli toivomani kaltainen. Suurin toiveeni on tietenkin ollut, että CD-levy on iloksi monille ihmisille. Olen tyytyväinen siihen, että olen tällä tavoin saanut yhden haaveistani toteutettua. CD-levy onnistuu vastaamaan mielestäni kiitettävästi sille asetettuihin tavoitteisiin.

Tämä opinnäytetyö on ollut itseäni puhutteleva ja lähellä omaa sydäntäni. Koen, että sen tuotos, *"Lauluja ja rukouksia hartaisiin hetkiin"* -CD-levy on onnistunut hyvin. Saamani palaute tukee tätä johtopäätöstä.

Sisällönanalyysin myötä tämän tuotoksen raportissani voin nostaa esiin selkeitä, toistuvia ja hiljentymisen teemaa tukevia vastausluokkia. Rauhoittuminen, lohtu ja rohkaisu sekä CD:n kautta ylipäättään saatu myönteinen kokemus toistuivat useimmissa vastauksissa, myös eri kysymysten vastauksissa. Produktion yhtenä tavoitteena oli tuottaa sanomaltaan lohdullinen CD-levy, tulokset viittaavat tämän tavoitteen toteutumiseen. CD-levy antaa tuoreen mahdollisuuden hiljentymiseen musiikin ja rukouksen/raamatunkohtien kautta, jota tämän hetken diakonia- ja sosiaalialan kentältä ei vielä paljoa löydy. Yksilöllisen, oman tilanteen ja kokemuksen tuomat vivahde-erot ovat lisäksi herättäneet ajatuksia siitä, minkälaisia erilaisia vastaavia hartauslevyjä jatkossa voisi tuottaa. Esimerkiksi konservatiivisuutta kaipaaville pelkistä virsistä koostuva, nuorille ja ulkomaalaisille englanninkielisiä lauluja sisältävä tai lapsiperheen arkeen lastenvirsiä ja hengellisiä lauluja sisältävä hartaus-cd. Työharjoitteluni myötä olen saanut tulla tuntemaan, kuinka paljon ihania virsiä olisi löydettävissä myös tällaiseen tarkoitukseen.

Raporttini teoriaosuudessa olen kerännyt eri lähteistä tietoa siitä miten hiljentymisen musiikin ja rukouksen kautta on havaittavissa sielunhoidolliseksi kokonaisuudeksi.

Esimerkiksi Kujala kertoo omassa opinnäytetyössään ihmisen kaipuusta hiljentymiseen ja Raamatun kehoituksesta rukoukseen. (Kujala 2012, 7-12). Teoreettinen viitekehyseni tukee ajatusta siitä, miten musiikkia ja rukousta, tässä tapauksessa hartaus-cd:tä on mahdollista käyttää juuri sielunhoidolliseen työhön. Myös Kettunen toteaa, että rukousta, virsiä, Raamatun sanaa, musiikin kuuntelemista ja tekemistä voidaan käyttää sielunhoidossa. (Kettunen 2012, 46). Ihmisen pohtiessa uskonnollisia kysymyksiä hengellinen musiikki voi auttaa häntä kokemaan lohdutusta ja rauhaa. Musiikki voi auttaa häntä käsittelemään vaikeitakin asioita turvallisesti symbolisen matkan päästä. (Ahonen 1993, 295.) Samalla tavoin saamani palaute tukee hiljentymisen ajatusta hartaus-cd:n kautta sekä vastaa asettamaani tavoitteeseen kehittää diakonia- ja sosiaalityön kentälle CD-levy, joka välittää kuulijoilleen kristillisen, lohdullisen sanoman ja ilmaisee niin musiikin kuin rukouksenkin merkitystä sielunhoitotyössä.

Omassa tuotoksessa on paljon sitä, minkä jakamisesta saan iloita. On myös sitä, minkä ehkä paremmalla ajalla voisin haluta tehdä hiukan eri tavoin. Esimerkiksi voisin haluta käyttää enemmän aikaa varsinaiseen äänittämiseen. Samoin voisin keskittyä saamaani palautteeseen viitaten esimerkiksi säestyksen vaihteluun ja laulujen hiomiseen. Toisaalta pidän hyvänä myös sitä, ettei kyseinen CD-levy ole liian hiotun kuuloinen, koska näin sekä omasta mielestäni että saatujen palautteiden ja keskustelujen myötä, se tulee lähemmäs ihmistä.

Asetettuihin tavoitteisiin peilaten koen, että niihin on päästy riittävän hyvin. Ryhmien kautta saatujen kokemusten myötä oma ammatillinen identiteetti vahvistuu, samoin laajenee ajatus CD:n käyttömahdollisuuksista tulevaisuuden työtilanteissa valmiina sosionomi-diakonina.

Yksiselitteistä ja täysin tyhjentävää tutkimustulosta musiikin sielunhoidollisesta vaikutuksesta on vaikea saada, koska jokainen yksilö kokee musiikinvaikutukset ja merkitykset omista lähtökohdistaan käsin.



Omaa ammatillista kehittymistäni tarkastellessa: huomaan peilaavani tätä hetkeä huomattavasti kauemmas menneisyyteeni, josta musiikin ja rukouksen merkitys omalle elämälleni lähtee. Tämän työn myötä olen kehittynyt siinä, miten on mahdollista välittää eteenpäin omaa myönteistä kokemusta ja kohdata musiikin kautta toinen ihminen erilaisissa hiljentymisen tarpeissa. Teoreettinen taustatieto samoin tukee musiikin ja rukouksen käyttöä ihmisen keinona tulkita tunteitaan ja tässä tapauksessa ohjaamaan ihmisen mieltä lähemmäs Jumalaa. Myös Tuovinen toteaa, että Raamatussa musiikki liittyy ihmisen henkilökohtaisiin peruskokemuksiin: iloon, suruun, murheeseen ja ylistykseen. Musiikki on myös yksi kieli, jolla vastataan Jumalan puhutteluun. (Tuovinen 2003, 437-438.)

Työharjoitteluissani seurakuntien diakoniatyössä minun oli mahdollista esikuunteluttaa hartaus-cd:tä, tehdä muutoksia sen pohjalta ja kerätä palaute, jonka perusteella yksi tavoitteistani vahvistuu. Olisi ollut mielenkiintoista nähdä millaisia palautteita CD-levyn kuunteluksista olisi saanut mikäli aikataulullisesti olisi ollut mahdollista kuunteluttaa levyä vieläkin laajemmalla kuulijajoukolla ulottuen enemmän niille työaloille missä hengelliset asiat eivät ole välttämättä kaiken aikaa näkyvästi läsnä. On luonnollista, että diakonian piirissä kuuntelutuksiin osallistuneet ihmiset ajattelevat levyn käyttömahdollisuuksiksi lähinnä diakonian tai ylipäätään seurakunnan yhteistilaisuuksia. Uskon silti, että CD-levyä voi yhtä hyvin hyödyntää monissa sosiaalialan työpaikoissa, joissa sosionomi-diakoni saattaa kohdata ihmisiä hengellisten kysymysten äärellä. Myös monissa laitoksissa järjestetään erilaisia hartaustilaisuuksia, joissa kyseistä CD-levyä voisi käyttää. Hartauslevyä voi tarjota kenelle tahansa ihmiselle, joka tuntuu sellaista kaipaavan oman hiljentymisensä tukemiseksi.

Valmiin CD:n haluan toimittaa työharjoittelupaikkoihini; seurakuntiin käytettäväksi ja muistutukseksi mahdollisuudesta tällaiseen työskentelymuotoon sielunhoitotyössä, sekä kiitokseksi saamastani kannustuksesta. Samoin haluan kiittää kaikkia CD-levyn tekoon osallistuneita ihmisiä, joita ilman tämä hartaus-cd:n toteuttaminen ei olisi ollut mahdollista.

CD:n sanoman tavoitteena on lohduttaa ja auttaa ihmistä hiljentymään. Tätä kautta toivon edes yhden ihmisen tulevan autetuksi. Tämän avun myötä yksilön elämä muuttuu positiivisempaan suuntaan vaikuttaen näin myös laajemmin ajateltuna häntä ympäröivään yhteiskuntaan. Hengellinen CD-levy soveltuu tämän vuoksi hyvin sosiaali- ja diakonia-alan työpaikoille sielunhoidolliseksi työvälineeksi.

Tulevaisuudessa valmiina sosionomi-diakonina näen, että voin monissa erilaisissa tilanteissa käyttää tätä hartaus-cd:tä sielunhoitotyön osana. Voin myös suositella tällaista lähestymistapaa vastaavaa työtä tekeville. Toiveeni on, että CD:n sanoma jää elämään ihmisten sydämissä ja mahdollisesti synnyttää uusia ajatuksia ja ideoita.

Kaiken kaikkiaan omaa ammatillista identiteettiäni ja sosiaali- ja diakoniatyötä ajatellen haluan summata CD-levyn käyttömahdollisuuksia Anne-Mari Kaskisen osuvin sanoin:

Herra, minäkin tahdon mennä lähelle kärsivää ja maailman tuskan taakkaa vain hiukankin lievittää. On seurana kipuni oma. Sen keskellä armo on. Ja maailman murheiden yllä soi rakkaus sammumaton.

## LÄHTEET

- Ahonen, Heidi 1993. Musiikki sanaton kieli. Musiikkiterapian perusteet. Helsinki: Oy Finn Lectura Ab.
- Hakala, Pirjo 2002. Ihmisen kokonaisvaltainen auttaminen. Teoksessa Riitta Helosvuori, Esko Koskenvesa, Pauli Niemelä ja Juhani Veikkola (toim.) Diakonian käsikirja. Helsinki: Kirjapaja Oy, 233–266.
- Huovinen, Pentti 2005. Rukous kannattaa – Voiko rukous parantaa? Helsinki: WSOY.
- Häyrynen, Seppo & Kotila, Heikki 2003. Retriitti tie hiljaisuuteen. Ensimmäinen painos. Helsinki: Edita Publishing Oy.
- Issakainen, Tytti 2005. Musiikki ja Pyhä. Teoksessa Tytti Issakainen (toim.) Kotikirkko tutuksi viidellä aistilla - kirkkopedagogiikan opas. Helsinki: Lasten Keskus, 117–123.
- Jokinen, Mikko 2002. Jumalan karitsa, gospel cd-levy. Diakonia-ammattikorkeakoulu. Porin toimipaikka. Opinnäytetyö.
- Kanerva, Marjaana & Repo, Pertti 2001. Arjen hiljainen hetki. Helsinki: Kirjapaja Oy ja Kirkkopalvelut/Kristillinen opintokeskus.
- Kanerva, Marjaana & Maarala, Lauri 2005. Hiljaisuuden siiville, polkuja rukoukseen. Helsinki: Kirjapaja Oy.
- Kettunen, Paavo 2013. Auttava kohtaaminen I, sielunhoidon perusteet ja teologia. Helsinki: Kirjapaja Oy.
- Kiiski, Jouko 2009. Sielunhoito. Ensimmäinen painos. Helsinki: Edita Publishing Oy.
- Kirkkohallitus 2006. Jumalanpalveluselämä ja musiikkitoiminta 2006. Sinä olet kanssani kirkollisten toimitusten opas. Suomen ev.lut. kirkon kirkkohallituksen julkaisuja 2006:4. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy.
- Kujala, Arja 2012. Pysähtykää ja levätkää vähän – Matka-alttari hiljentää diakoniatyössä. Diakonia-ammattikorkeakoulu. Porin toimipaikka. Hoitotyön koulutusohjelma. Opinnäytetyö.
- Lappalainen, Kaarina 1997. Syrjäytyminen ja työttömyys. Teoksessa Kirsti Aalto, Martti Esko ja Matti-Pekka Viitaniemi (toim.) Sielunhoidon käsikirja. Helsinki: Kirjapaja Oy, 190–203.

- Latvala, Eeva & Vanhanen-Nuutinen, Liisa 2003. Laadullisen hoitotieteellisen tutkimuksen perusprosessi: sisällön analyysi. Teoksessa Sirpa Janhonen ja Merja Nikkonen (toim.) Laadullisen tutkimuksen menetelmät hoitotieteessä. Helsinki: WSOY, 21–23.
- Lehikoinen, Petri 1973. Parantava musiikki. Johdatus musiikkiterapian peruskysymyksiin. Helsinki: Musiikki Fazer.
- Lehtonen, Kimmo (toim.) 1989. Musiikki terveyden edistäjänä. Juva: WSOY.
- Merton, Thomas 1989. Ajatuksia yksinäisyydessä. Pieksämäki: Sisälähetysseuran kirjapaino Raamattutalo.
- Metso, Pekka 2003. Idän kirkon hengellisyys. Teoksessa Seppo Häyrynen, Heikki Kotila ja Osmo Vatanen (toim.) Spiritualiteetin käsikirja. Helsinki: Kirjapaja Oy, 27–48.
- Natri, Liisa 1994. Tule meidän kouluumme, päivänavauksia virsien pohjalta. Suomen ev.lut kirkon kirkkohallituksen julkaisuja 1994:10. Helsinki: Kirkkohallitus – Kirkon jumalanpalvelus- ja musiikkitoiminnan keskus.
- Raamattu. Vanha testamentti, XI yleisen Kirkolliskokouksen vuonna 1933 käytäntöön ottama suomennos. Uusi testamentti, XII yleisen Kirkolliskokouksen vuonna 1938 käytäntöön ottama suomennos. Helsinki: Suomen Pipliaseura.
- Ranta, Petri 2010. Huutavan ääni, Gospel-CD-levyn tuotantoprosessi. Diakonia-ammattikorkeakoulu. Porin toimipaikka. Sosiaalialan koulutusohjelma. Opinnäytetyö.
- Rantanen, Sari 2003. Koulujumalanpalvelus. Teoksessa Lasse Erkkilä, Ulla Tuovinen ja Erkki Tuppurainen (toim.) Kirkkomusiikin käsikirja. Helsinki: Kirjapaja Oy, 245–252.
- Sariola, Yrjö 2003. Kirkkomusiikki ja musiikin teologia. Teoksessa Lasse Erkkilä, Ulla Tuovinen ja Erkki Tuppurainen (toim.) Kirkkomusiikin käsikirja. Helsinki: Kirjapaja Oy, 13–36.
- Tuovinen, Ulla 2003. Musiikkikasvatus. Teoksessa Lasse Erkkilä, Ulla Tuovinen ja Erkki Tuppurainen. (toim.) Kirkkomusiikin käsikirja. Helsinki: Kirjapaja Oy, 435–447.

Uusitalo, Hannu 1991. Tiede, tutkimus ja tutkielma. Johdatus tutkielman maailmaan.

Juva: WSOY.

Virsikirja. Suomen evankelis-luterilaisen kirkon virsikirja, toinen korjattu painos 2009.

Mikkeli: Kotimaa-Yhtiöt Oy, Kirjapaja.

Wikström, Ove 2000. Salattu ihminen. Elämän kysymykset ja parantava keskustelu.

Helsinki: Kirjapaja Oy.

## LIITE 1: Kyselylomake

1. Millaisessa tilanteessa voisit ajatella kuuntelevasi kyseistä CD:tä?
2. Oliko CD:ssä jotakin joka jäi erityisesti mieleen?
3. Oliko CD:ssä jotakin joka häiritsi?
4. Millainen CD oli mielestäsi sanomaltaan?
5. Oliko CD:ssä jotakin jota haluaisit poistaa tai lisätä siihen?

## LIITE 2: CD-levyn laulujen sanat, rukoukset ja raamatunkohdat

### 1. Rukous (Katriina Johnson)

Rakas Taivaallinen Isä, kiitos, että saan olla kanssasi tässä hetkessä. Kiitos, että Sinä hyväksyt minut juuri tällaisena kuin olen. Auta minua iloitsemaan elämästä ja johdata minut kohti kirkkautta Poikasi Jeesuksen Kristuksen tähden. Aamen.

### 2. Virsi 338, Päivä vain ja hetki kerrallansa (Säv. Oscar Ahnfelt, san. Lisa Sandell, suom.sanat Julius Engström)

Päivä vain ja hetki kerrallansa, siitä lohdutuksen aina saan. Mitä päivä tuokin tullessansa, Isä hoitaa lasta armollaan. Kädessään hän joka päivä kantaa, tietää kaiken, mitä tarvitsen, päivän kuormat, levon hetket antaa, murheen niin kuin ilon seesteisen.

Joka hetki hän on lähelläni, joka aamu antaa armonsa. Herran huomaa uskon elämäni, hän suo voimansa ja neuvonsa. Surut, huolet eivät liikaa paina, ne hän ottaa itse kantaakseen. ”Niin kuin päiväs, niin on voimas aina.” Tähän turvaan yhä uudelleen.

Kiitos, Herra, lupauksestasi, siinä annat minun levätä! Kiitos olkoon lohdutuksestasi, annat voimaa sanan lähteestä! Suo mun ottaa isänekädestäsi päivä vain ja hetki kerrallaan, kunnes johdat minut kädelläsi riemun maahan, päivään kirkkaimpaan.

### 3. Pelastetun kiitos (Psalmi 34) (Säv./san. Mari Atkins)

Jotka Häneen katsovat, ne säteilevät iloa, jotka Häneen turvaavat, ne avun löytää. Lähellä on Herra niitä, jotka särjettyjä on. Hän pelastaa ne, joiden mieli murtuneena on.

Maistakaa ja katsokaa, kuinka Herra hyvä on. Autuas se, joka Häneen toivonsa laittaa.

Peljätkää Herraa te kaikki Hänen pyhänsä. Herran omilta ei mitään koskaan puutu. Silmänsä tarkkaavat aina askeleitamme ja rukous yksikään ei vastausta vaille jää.

### 4. Toinen kirje korinttolaisille 1:3-4

Kiitetty olkoon meidän Herramme Jeesuksen Kristuksen Jumala ja Isä, laupeuden ja kaiken lohdutuksen Jumala, joka lohduttaa meitä kaikessa ahdistuksessamme, että me sillä lohdutuksella, jolla Jumala meitä itseämme lohduttaa, voisimme lohduttaa niitä, jotka kaikkinaisessa ahdistuksessa ovat.

## 5. Sydämmellä Jeesuksen (Säv. Yrjö Karanko, san. Helmi Selin)

Sydämmellä Jeesuksen olla on niin suloinen, on niin ihmeen rauhaisaa niin kuin unta ihanaa.

Kahden kanssa Jeesuksen, olla on niin suloinen, turvallista hiljaista, siipiensä suojassa.

Niin kuin äiti helmassaan, vaalii pienokaisiaan, niin myös Poika Jumalan, hoitaa tainta taivahan.

Hiljaa varro sydän vain, turvaa yksin häneen ain, älä mistään huolehdi, Jeesus on sun kanssasi.

Sinun koko voimallaan iäisessä armossaan, sinun, sinun iäti. Kiitos, kiitos Herrani.

## 6. Hiljaa eteesi (Säv./san. Mari Atkins)

Hiljaa eteesi tulla nyt saan. Luokse valtaistuimesi. Sanoja en löytää voi kiitokseen. Hyvyyttäsi katselen. Hyvyyttäsi katselen.

Pieni on huutoni sydämmessäin, tule täytä voimallasi. Miksi Herra mua tahdoit rakastaa, ansainnut en armoas ois. Ansainnut en armoas ois.

## 7. Jesaja 64:8

Mutta olethan sinä Herra, meidän Isämme, me olemme savi ja sinä olet meidän valajamme, me kaikki olemme sinun kättesi tekoa.

## 8. Valajan käsissä (The Potter's Hand) (Säv./san. Darlene Zschech, suom.san. Jukka Laamanen)

Ikmeellinen Vapahtajani, varmuuden sain: on päiväni kaikki kädessäsi, suunnitelmassa Jumalan. Hellästi kutsut puoleesi, Jeesus. Hengelläsi opastat tiellä, opeta myös kunniaksesi elämään. Sinulta sain pyhän kutsumuksen, itsellesi minut erottaen. Johdata nyt, Herra, rukoilin. Valtaa, muovaa, käytä ja täytä. Nyt antaudun käsiin valajan. Ohjaa, johda, kulje vierelläni. Nyt antaudun käsiin valajan.

## 9. Kohti Jumalaa (Säv./san. Mari Atkins)

Kohti Jumalaa mun sieluni nousta saa, arjen työn minä kanssasi jaan. Kohti Jumalaa mun sieluni nousta saa, arjen työn minä kanssasi jaan.

Kohti Jumalaa mun sieluni nousta saa, totuudessasi vaeltamaan. Kohti Jumalaa mun sieluni nousta saa, totuudessasi vaeltamaan.

Kohti Jumalaa mun sieluni nousta saa, vaikeuksissakin iloita saan. Kohti Jumalaa mun sieluni nousta saa, voimaa anna, niin voittaa saan.

Kohti Jumalaa mun sieluni nousta saa, mua opeta rakastamaan. Kohti Jumalaa mun sieluni nousta saa, Jeesus Sinua rakastamaan.



### 10. Psalmi 30:11-13

Kuule, Herra, ja armahda minua, Herra, ole minun auttajani. Sinä muutit minun murheeni ilokarkeloksi, sinä riisuit minun surupukuni ja vyötit minut riemulla, että minun sieluni veisaisi sinulle kiitosta, eikä vaikenisi. Herra, minun Jumalani, sinua minä ylistän iankaikkisesti.

### 11. Virsi 341b, Kiitos sulle, Jumalani (Tack, min Gud, för vad som varit) (Säv. G.C. Stebbins, san. August Ludvig Storm, suom. san. Kaarlo J. Rahikainen)

Kiitos sulle, Jumalani, armostasi kaikesta, jota elinaikani olen saanut tuntea. Kiitos sulle kirkkahista, keväisistä päivistä. Kiitos myöskin raskahista syksyn synkän hetkistä.

Kiitos, että rukoukset monet, monet kuulit sä. Kiitos, että pyynnöt toiset eivät saaneet täyttyä. Kiitos, kun mä hädässäni avun saan sun kauttasi. Kiitos, että synneistäni vapahtavi Poikasi.

Kiitos sulle jokaisesta elämäni hetkestä. Kiitos päivän paistehesta niin kuin pimeydestä. Kiitos sulle taisteluista, rististäkin, Jumalain. Kiitos, että aina muistat, autat mua tuskissain.

Kiitos sulle kukkasista, jotka teilläin kukoisti. Kiitos myöskin ohdakkeista, jotka mua haavoitti. Kiitos, että tahdot mulle elon antaa iäisen. Kaikesta, oi Herra, sulle annan ikikiitoksen!

## LIITE 3: CD-levyn kannet



1. Rukous 00:21  
Katriina Johnson
2. Päivä vain ja hetki kerrallansa (Blott en dag) 02:49  
Säv. Oscar Ahnfelt, san. Lina Sandell, suom. san. Julius Engström  
Soolo Elina Kangas
3. Pelastetun kiitos (Psalmi 34) 02:35  
Säv./san Mari Atkins  
Soolo Mari Atkins
4. Toinen kirje korinttolaisille 1:3-4. 00:23  
Trad.
5. Sydämmellä Jeesuksen 02:16  
Säv. Yrjö Karanko, san. Helmi Selin  
Soolo Mari Atkins, Katriina Johnson ja Elina Kangas
6. Hiljaa eteesi 02:38  
Säv./San. Mari Atkins
7. Jesaja 64:8. 00:11  
Trad.
8. Valajan käsissä (The Potter's hand) 03:45  
Säv./San. Darlene Zschech, suom. san. Jukka Laamanen
9. Kohti Jumalaa 02:06  
Säv./San. Mari Atkins
10. Psalmi 30:11-13. 00:25
11. Kiitos sulle Jumalani (Tack, min Gud, för vad som varit) 02:27  
Säv. G.C. Stebbins, san. August Ludvig Storm, suom. san. Kaarlo J. Rahikainen



# K I I T O S



Mari Atkins, Toni Järvinen,  
Elina Kangas, Leelo Lipping,  
Markus Lähde ja Mika Rotkus



Tuottaja: Katriina Johnson  
Äänitys ja miksaus: Markus Lähde  
Kansikuva: Katriina Johnson  
Lukuosuudet: Katriina Johnson  
Laulut: Mari Atkins, Katriina Johnson ja Elina Kangas  
Piano: Mari Atkins, Toni Järvinen (3.)  
Basso: Toni Järvinen  
Viulu: Leelo Lipping  
Kitara: Markus Lähde  
Bongot: Mika Rotkus

Toivon Sinulle kuulija hartaita hetkiä laulujen ja rukousten äärellä.

Siunaavin ajatuksin, Katriina Johnson

“Veisatkaa yhdessä psalmeja, ylistysvirsiä ja hengellisiä lauluja, soittakaa ja laulakaa täydestä sydäimestä Herralle.”

Ef. 5:19